اعوذ بالله من الشیطن الرجیم

بسم الله الرحمن الرحیم

جادوی شیاطین (قسمت ۲۱۱)

رشد معنوی (۱۵)

نماز و سبک زندگی (۱۰)

افق بهشت

در این قسمت بیایید نکته مهمی را بررسی کنیم. ببینیم که بی توجهی و سهل انگاری در انجام نمازها، چه بلایی سر ما می آورد. چرا سهل انگاری در نماز آنقدر خطرناک است. سهل انگاری در نماز یعنی بی توجهی، عدم توجه به نماز، ریاکاری در نماز، عدم توجه به طهارت قبل از نماز و عدم توجه به اوقات نماز و تمام سهل انگاری های دیگر.

الَّذِين هُم عَنْ صَلاَتِهِم سَاهُون (ماعون: ۵)

کسانی که در نماز خود سهل‌انگاری می‌کنند

سهل انگاری در نماز، حتی میتواند زندگی ما را به نابودی بکشاند. جهت فهم این مساله بیایید، زندگی بومیان قطب شمال را بررسی کنیم. شرایطی که آنها در قطب شمال زندگی میکنند و اگر یک فرد غیربومی به قطب شمال برود، چگونه میتواند خود را با زندگی در آنجا وفق دهد و اگر وفق ندهد، با چه مشکلاتی روبرو میشود. این نکته میتواند اهمیت وفق دادن زندگی خود با اوقات نماز را برای ما روشن کند. در این مثال ثابت میشود که چطوری هماهنگ نشدن با اوقات رحمانی و اوقات نماز، انسان را وارد زندگی مصنوعی و رباتیک می اندازد و شرایط سختی را برای او پیش خواهد آورد.

کسانی که غیربومی قطب شمال هستند، اگر به قطب شمال بروند، مشکلات زیادی پیدا میکنند، مگر اینکه سیستم وقت گذاری و زمان بندی قطب شمال را در زندگی خویش درک و آن را در زندگی خویش دخالت دهند. این همان نکته مهمی است که در مورد نماز هم صدق می کند. اگر انسان سیستم نماز و وقت گذاری آن را در زندگی خویش دخالت ندهد، دچار مشکلات زیادی میشود. غیربومی های قطب شمال که مثل بومی ها (اسکیموها) قادر به درک

سیستم وقت گذاری قطب شمال نیستند و قادر به اجرای آن نیستند و تجربه کافی در آن ندارند، مجبورند که به روشهای اختراعی آن را جبران کنند و در همین راه دچار استرس، اضطراب، بی خوابی و مشکلات فراوان دیگری میشوند.

همانطور که می دانید، در قطب شمال گاهی تا ماهها، هوا روشن است و یا ماههای متوالی تاریک است. زمانی که شش ماه مداوم روز به نظر می رسد، خورشید هیچ‌گاه زیر افق نمی‌رود، پس هیچ غروب واقعی مثل غروب مناطق غیرقطبی وجود ندارد. در ظاهر شش ماه روز و شش ماه شب است. اما واقعیت این است اینها روز و شب نیستند، بلکه مفهوم شب و روز در آنجا فرق میکند. در قطب شمال، طلوع و غروب خورشید از مشرق به مغرب نیست، بلکه بصورت حرکت دایره‌ای است. خورشید برای طلوع از شرق به غرب نمی‌رود، بلکه حول قطب آسمان می‌چرخد، در مسیر یک دایره در آسمان، برعکس حرکت عقربه های ساعت. در حالی که خورشید همچنان دیده میشود، ولی شب و روزهای متوالی میایند و می روند. در این حالت ارتفاع خورشید در درک زمان بندی ها مهم است. وقتی خورشید به بالاترین نقطه خود برسد، به معنای ظهر است، و اگر به پایین‌ترین نقطه خود برسد، یعنی شب است. برای مناطق غیر قطب، طلوع و غروب خیلی ساده است و بسیار واضح است. اما

اقوام بومی در قطب شمال، براساس تجربه سالیان متمادی، زمان را تقریبی تشخیص میدهند. اما برای یک غیر بومی، این مساله تقریبا غیرممکن و بسیار سخت به نظر میرسد. در قطب شمال، در فصل تابستان نور همیشه وجود دارد، اما در اوقات مختلف، شدت آن و موقعیت خورشید در افق تغییر می‌کند. اگر شخصی در قطب بداند خورشید در چه ساعتی از روز دقیقا در کدام جهت قرار می‌گیرد، می‌تواند با نگاه کردن به موقعیت خورشید، بطور تقریبی زمان را تشخیص دهد. ساکنان بومی مناطق قطبی از طریق تجربه نسل‌ها، الگوهای خورشیدی را به خاطر می‌سپارند و بدون ساعت، زمان را به خوبی تشخیص می‌دهند. اما تازه واردان مشکلات زیادی پیدا میکنند. بسیاری از محققان و دانشمندان که به قطب شمال رفته اند، گزارش می‌کنند که زمان را از دست می‌دهند و احساس تکراری شدن روزها به آنها دست میدهد. مشکلاتی که تازه واردان به قطب با آن روبرو میشوند، با مشکلاتی که آدمیان بدون نماز به آن میرسند، شباهت عجیبی دارد. مشکلاتی که تازه واردان به قطب شاهد آن خواهند بود:

- بیکاری ذهنی: نبود نماز هم اینچنین حالتی را بوجود میاورد
- خستگی و نا امیدی ناشی از تکرار
- اختلالات خواب

- بی‌خوابی
- افسردگی ، اضطراب، خشم و احساس ناراحتی
- برنامه‌ریزی روزانه برای آنها در مورد غذا و کار و یا خواب به هم میخورد و دچار سردرگمی می‌شوند.
- اشتهای کاذب :

افراد غیربومی در قطب دچار اشتهای کاذب می‌شوند و تمایل زیادی به خوردن کربوهیدراتها و شیرینی ها پیدا می‌کنند که منجر به افزایش وزن آنها می‌شود. این نوع زیاده روی ها به خاطر از دست دادن زمان می باشد. حتی در مناطق غیر قطبی هم، شب نشینی های طولانی باعث پرخوری میشود. زیرا شب نشینی طولانی مخالف سبت و آرامش شبانه است. از همینجا متوجه می شویم که زیاده روی ها و افراط و تفریطها و تنبلی در موقع رعایت نکردن زمان بندی های رحمانی بوجود میاید.

یکی بود که یک سریال ده قسمتی را در یک شب نگاه میکرد و این همان اشتهای کاذب برای نگاه کردن فضای مجازی و فیلمهاست. عدم اجرای واقعی نماز، اینچنین امیال و اشتهاهای کاذب بوجود میاورد و یک فرد براحتی در یک شب، یک سریال ده قسمتی را نگاه میکند و خسته نمیشود.

اینها نوعی پرخوری روانی هستند. اما نماز مبتنی بر اوقات زمانی معین، از چنین زیاده خوریهایی جلوگیری میکند.

- **افراد در تمرکز بر مطالعه و یا کار مشکل پیدا میکنند.**
- **به هم خوردن ارتباطات صحیح بین افراد:**

در ایستگاه‌های علمی در قطب شمال، خیلی مواقع بحرانهای جمعی بوجود میاید. مثلا چند نفر که یک ماه در فضای بسته و بدون توجه به زمانبندیهای محیط طبیعی زندگی می‌کنند، به مرور از همدیگر خسته می‌شوند و ممکن است که با همدیگر دچار مجادله ها و تنش شوند. این مورد برای کسانی که در یک خانواده هستند و نماز بجا نمی آورند هم ممکن است رخ دهد. گاهی زن و شوهر و یا برادران و خواهران با همدیگر و یا با والدین تنش پیدا میکنند و این بخاطر رعایت نکردن زمانهای نماز است. مردانی که خیلی توی خانه می مانند و زمان بندیهای نماز را بدرستی رعایت نمی کنند، تنشهای زیادی در خانه با همسرشان خواهند داشت.

- **ضعف سیستم ایمنی**
- **تولید نامتعادل هورمونهای خواب و استرس و گرسنگی و ...**

- **انزوا و توهم بین آنان رایج است و خودشان آن را جنون قطبی می نامند. این نوع جنون، به صورتهای دیگری و با نامهای دیگری بین کسانی که نماز را بدرستی اجرا نمی کنند، بوجود میاید.**
- **مشکلات گوارشی و تغذیه و تنفسی و یک سری مشکلات کالبدی دیگر که ناشی از عدم سازگاری با زمان بندی های محیط قطب است.**

اما این مشکلات برای ساکنان بومی مصداقیت ندارد و آنان چنین مشکلاتی را ندارند. در یک فیلمی که براساس واقعیت ساخته شده بود، چند دانشمند برای تحقیقات به قطب شمال رفته بودند. بخاطر مشکلاتی که برای بالن آنها پیش آمد، قادر به بازگشت نبودند. تعدادی از آنها روانی شدند. فکر کنم تنها یکی از آنها توانست سالم برگردد. دانشمندانی که سالها درس خوانده بودند و خیلی هم کم تجربه نبودند، در مقابل مردمان محلی اسکیمو از نظر روحی روانی کم آوردند. یک اسکیمو فلسفه ای از زندگی براساس شرایط محیطی بدست می آورد که با استفاده از آن، زندگی برایش خیلی راحت تر است و سالها در آن محیط بی مشکل زندگی میکند. اسکیموها زمان بندی های مخصوص خودشان را دارند و براساس آن زندگیشان را اداره میکنند.

مثال بومیان قطب و غیربومیان مثل آدمهای نماز گزار و غیر نماز گزار است.

نمازگزاران: بومیان قطب شمال = کسانی که به اوقات و زمان بندی های محیط خویش توجه میکنند و آن را خوب می شناسند و طبق آن عمل میکنند.

سهل انگاران در نماز، نمازنگزاران: غیربومیان مهاجر به قطب = کسانی که به اوقات و زمان بندی های محیط قطب توجه نمی کنند و آن را نمی شناسند و آن را بکار نمی برند و قطعا مشکلات زیادی خواهند داشت.

اما ایستگاه‌های تحقیقاتی که در قطب شمال پرسنل دارند، برنامه‌های پیچیده ای برای سلامت روان آنان در نظر گرفته اند، از جمله مشاوره روانشناسی منظم، سالن‌های ورزشی، مکملهای ویتامین دی، نور درمانی مصنوعی و برنامه‌های تفریحی گروهی، تا از بروز بحران‌های روانی در آنان جلوگیری کنند. این است که بشر بدون رعایت زمان بندی ها، دچار نیازها و جزئیات بی پایان خواهد شد و مجبور است که آن را به روش های مصنوعی و اختراعی و ناقص بپوشاند. آدمی بدون نماز، هم دچار این جزئیات بی پایان خواهد شد. انواع روشهای مصنوعی بوجود آمده است تا جای خالی نماز را با آن پر کنند و مشکلات ناشی از عدم برگزاری نماز را جبران کنند. مثلا غیربومیان قطب به روشهای زیر جهت درمان خود روی می آورند:

نور درمانی:

نشستن در معرض لامپ‌های خاصی که نور خورشید را شبیه‌سازی می‌کنند تا سطح سروتونین تنظیم شود. در حالی که بومیان آن مناطق به چنین چیزی نیاز ندارند. غیربومیان باید کمبود ویتامین دی را به صورت قرص جبران کنند. آن‌ها سعی می‌کنند صرف نظر از وضعیت خورشید، ساعت خواب و بیداری، کار و غذا و دستشویی و حمام و سایر برنامه های خود را دقیقا طبق ساعت انجام دهند. زندگی برای غیربومیان در قطب، نیازمند انضباط و مراقبت ویژه و سخت در ابعاد و جزئیات مختلف میشود. که گاهی افراد واقعا از این همه توجه و برنامه و جزئیات خسته میشوند و به همین خاطر هر از چند گاهی باید به مناطق خود برگردند و گرنه دیوانه میشوند. اگر چه همه امکانات دارند ولی جزئیات زیاد آنان را خسته میکند. اما مردم بومی آنجا، زمان بندی آنجا را بلدند و هیچ مشکلی در این زمینه ندارند و نیازی به آن همه مشاوره و قرص و نور مصنوعی و چیزهای دیگر ندارند. بومیان آنجا، زمان بندی های محیط زندگی خویش را می شناسند. بومیان از طریق تجربه، الگوهای خورشیدی شب و روز و ظهر و صبح و عصر و مغرب را بخوبی تشخیص میدهند. آنها زمان را از دست نمی دهند و احساس گم شدگی در زمان را ندارند. آنها به این طریق افسردگی و اضطراب و احساس تنهایی را در خود

از بین می برند. آنها از طریق مصرف گوشتهای فوک و نهنگ، ویتامینها و چربی های مورد نیاز بدن خود را بدست می آورند و نیازی به قرص ندارند. بومیان حتی از طریق نور آفتاب، جهت بادها، دمای یخ زیر پای خود، تشخیص میدهند که در چه ساعتی و حتی چه روزی از سال هستند. به این طریق دو گروه بومیان و غیربومیان در قطب دو روش زندگی متفاوت را اجرا میکنند. گروهی از آنها زمان بندی های محیط خویش را بدرستی می شناسند و در زمان گم نمی شوند و هیچ استرس و اضطرابی ندارند. اما غیربومیان به زمان بندی های قطبی توجه نمی کنند و در نتیجه دچار ناهماهنگی و استرس و مشکلات دیگر میشوند و در نهایت درگیر جزئیاتی مانند انواع مشاوره، نور مصنوعی، قرص و مدیتیشن و هزار جزئیات دیگر میشوند. این است که سهل انگاری در انجام نماز، انسان را وارد جزئیات بی نهایت میکند و زندگی پر از استرس و اضطراب و دلهره میشود و یک زندگی خسته کننده بوجود میاید.

دانشمندان روسی، طی آزمایشی ثابت کردند که سخت ترین شکنجه ها، این است که یک فردی را در یک اتاق با رنگ تمام سفید یا تمام سیاه نگه دارید. افراد بعد از مدتی در چنین شرایطی دیوانه می شوند. این است که تغییرات در نور و موقعیت خورشید و مظاهر طبیعت، در سلامتی روان انسانها بسیار موثر است. اینها نورهای طبیعت هستند و همگی ساخته خدای رحمان هستند

که در کل همگی ناشی از نور اصلی، یعنی نور خدا هستند. اصلا طراوت و شادابی جهان بخاطر نور خداست.

اللهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ مَثَلُ نُورِهِ كَمِشْكَاةٍ فِيهَا مِصْبَاحٌ الْمِصْبَاحُ فِي زُجَاجَةٍ الزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لاَ شَرْقِيَّةٍ وَ لاَ غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَ لَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ نُورٌ عَلَي نُورٍ يَهْدِي اللهُ لِنُورِهِ مَنْ يَشَاءُ وَ يَضْرِبُ اللهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ وَاللهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ (نور: ۳۵)

خدا نور آسمانها و زمین است مثل نور خداوند همانند چراغدانی است که در آن چراغی (پر فروغ) باشد، آن چراغ در حبابی قرار گیرد، حبابی شفاف و درخشنده همچون یك ستاره فروزان، این چراغ با روغنی افروخته می‌شود که از درخت پربرکت زیتونی گرفته شده که نه شرقی است و نه غربی (روغنش آن چنان صاف و خالص است که) نزدیك است بدون تماس با آتش شعله‌ور شود نوری است بر فراز نوری و خدا هر کس را بخواهد به نور خود هدایت می‌کند، و خداوند به هر چیزی داناست.

غیربومیان قطب ممکن است بوسیله تجهیزات پیشرفته، تجهیزات گرمایش و رژیم غذایی پیچیده و برنامه ریزی شده، بتوانند چند ماهی در آنجا بمانند، ولی در دراز مدت به مشکل بر میخورند.

همه این مشکلات بی توجهی به یک نکته حیاتی است و آن این است که زندگی در قطب یک معنا و مفهوم معنوی را می طلبد که بدون آن افراد به سرعت دچار اختلال روانی، اضطراب، و بی‌هدفی می‌شوند. این معنا و مفهوم همان زمان بندی های طبیعی روزانه و شبانه است که بومیان قطب آن را بخوبی می دانند و طبق آن عمل میکنند. کلا انسان برای زندگی ساده و راحت و بی دردسر روی زمین به چنین زمان بندی هایی نیازمند است و مخصوصا این زمان بندی باید از طرف خدای رحمان باشد که همان نماز است. به همین جهت است که خدا می فرماید نماز یک سیستم مبتنی بر وقت و زمان است (إِن الصَّلاَة كَانَت عَلَي الْمُؤْمِنِين كِتَاباً مَوْقُوتاً).

فَإِذَا قَضَيْتُم الصَّلاَة فَاذْكُرُوا الله قِيَاماً وَ قُعُوداً وَ عَلَي جُنُوبِكُم فَإِذَا اطْمَأْنَنْتُم فَأَقِيمُوا الصَّلاَة إِن الصَّلاَة كَانَت عَلَي الْمُؤْمِنِين كِتَاباً مَوْقُوتاً (نساء: ١٠٣)

و هنگامی که نماز را به پایان رساندید، خدا را یاد کنید ایستاده، و نشسته، و در حالی که به پهلو خوابیده‌اید! و هر گاه آرامش یافتید (و حالت ترس زایل گشت)،

نماز را (به طور معمول) انجام دهید، زیرا نماز، یک سیستم مبتنی بر زمان برای مؤمنان است! (۱۰۳)

اگر بخواهیم مشکلات کسی که نماز را اجرا نمی کند، را بفهمیم، از بومیان قطبی متوجه می شویم که انسان در سخت ترین شرایط هم میتواند زندگی کند، به شرطی که خود را با زمان های طبیعی آن محیط وفق دهد و نماز دقیقا این کار را انجام میدهد.

زندگی در شهرهای بزرگ، در فضای بسته که به طور ناخواسته، شبیه به شرایط قطبی است، همچنین مشکلاتی را برای ما درست میکند. در خانه ها همیشه چراغ روشن است و این همان نور مصنوعی است که جای آفتاب را گرفته است. به همین خاطر است که انسانها در زمان گم میشوند و در نتیجه احساس تنهایی و بی هدفی میکنند. مردم خودشان را به ساعت وابسته کرده اند. زمان قدیم، زمانهای مختلف را با عناوین مختلف می شناختند: صبح، چاشت، ظهر، عصر،مغرب، شب، نصفه شب و ... آنها زمانها را بدون استفاده از ساعت آنالوگ و دیجیتال می شناختند. اکنون استفاده از ساعت به یک پوز تبدیل شده است و هر کسی با نرخ ساعتش شناخته میشود. در حالی که آشنایی با زمان بندی های طبیعی اهمیت بیشتری دارد.

زمانبندی های نماز؛ انسان را از افسردگی، اضطراب و احساس بی هدفی نجات می دهد. انسان باید یاد بگیرد که خودش را با زمان بندی های نماز و طبیعت هماهنگ کند و نه اینکه زمانبندی ها را با نور مصنوعی و رقص نور و قرص و روشهای دیگر وفق دهد. زندگی بدون زمانبندی نماز، به مصرف و تکرار تشکیل می شود و به سرعت بی معنا می‌شود.

انسان علم زده به دنبال راه‌حل‌هایی برای استرس است و در این مورد دارو، یوگا و مدیتیشن بکار می برد و البته خیلی واضح است که ظهور این روشهای مصنوعی بخاطر عدم استفاده از نماز است. بومیان قطب به دنبال روشی برای مقابله با استرس نیستند، زیرا با سبک زندگی آنان که براساس زمان بندی های محیط خودشان است، اصلا به چنین مشکلاتی بر نمی خورند.

یک برنامه مستند بود که مسابقه ای بین افراد در قطب شمال ترتیب داده بود. هرکسی بیشترین زمان را می توانست در آنجا زندگی کند، برنده میشد. کسانی که خود را با زمان بندی های قطب شمال وفق نمی دادند و با آن آشنایی نداشتند، دچار بی خوابی، استرس، گرسنگی نابهنگام و مشکلات دیگر می شدند و همان چند روز اول تسلیم می شدند و می باختند. این موضوع نشان‌دهنده اهمیت سازگاری بدن با محیط و زمان طبیعی است. انجام نماز براساس زمان بندی های طبیعی، مشکلات ما را در زندگی و محیط از بین می

برد و انسانها از افراط و تفریط و استرس و اضطراب و نا امیدی و هزاران مشکل دیگر دور نگه داشته میشوند. خدای رحمان به انسان توصیه میفرمایند که از نمازهایش حفاظت کند و آن را به خانواده خود یاد دهد. این یاد دادن، فقط یاد دادن کلمات نیست، بلکه آشنا کردن یک نسل با زمانها و فلسفه های پشت آن است.

اصلا خدای رحمان، آسمان و ستاره ها و ماه و خورشید را آفریده است تا که زمانها را برای ما ایجاد کنند و زمان بندی ها را برای ما ایجاد کنند. خدا اینها را بیهوده و عبث نیافریده است.

وَ مَا خَلَقْنَا السَّمَاءَ وَالْأَرْض وَ مَا بَيْنَهُمَا بَاطِلاً ذَلِك ظَن الَّذِين كَفَرُوا فَوَيْل لِلَّذِين كَفَرُوا مِن النَّارِ (ص: ٢٧)

ما آسمان و زمین و آنچه را میان آنهاست بیهوده نیافریدیم این گمان کافران است وای بر کافران از آتش (دوزخ)!

الَّذِين يَذْكُرُون الله قِيَاماً وَ قُعُوداً وَ عَلَي جُنُوبِهِم وَ يَتَفَكَّرُون فِي خَلْق السَّمَاوَات وَالْأَرْض رَبَّنَا مَا خَلَقْت هَذَا بَاطِلاً سُبْحَانَك فَقِنَا عَذَاب النَّارِ (آل‌عمران: ١٩١)

همانها که خدا را در حال ایستاده و نشسته، و آن گاه که بر پهلو خوابیده‌اند، یاد می‌کنند و در اسرار آفرینش آسمانها و زمین می‌اندیشند (و می‌گویند:) بار الها! اینها را بیهوده نیافریده‌ای! منزهی تو! ما را از عذاب آتش، نگاه دار!

خدای رحمان این همه سیستم پیچیده را در آسمانها بیهوده نیافریده است. راهنمایی و راه حل و حتی رزق و روزی ما همه در آسمان است. وقتی خدا می فرمایند که رزق شما در آسمان است، یعنی ما مستقلا راه حلی برای بدست آوردن آن بطور میانبر نداریم. زمان بندی ها در آسمان است و طبق نشانه های آسمان ایجاد شده اند و برای انسان قابل دسترسی نیست. پس انسان قادر به ایجاد روش جایگزین نخواهد بود.

وَ فِي السَّمَاءِ رِزْقُكُم وَ مَا تُوعَدُون (ذاریات: ۲۲)

و روزی شما در آسمان است و آنچه به شما وعده داده می‌شود!

امروزه، خانه ها با نورهای مصنوعی پر شده اند، علاوه بر آن، نور موبایل‌ها و تلویزیون هم به آن اضافه شده است. حسهای طبیعی در افراد از بین رفته است. بسیاری از جوانان حتی نمی دانند که آسمان شب چگونه است، چرا که

هر شب در خانه هایشان، زیر نور مصنوعی، زندگی می‌کنند و خانه ها در شب، از روز روشن تر است. به این طریق انسانها آسمان و حوادث آن را در نظر نمی گیرند. در چنین شرایطی، انسانها پیامهای آسمانی را هم نادیده می گیرند و دنبال فلسفه های ساخت دست خودشان می افتند.

هر مکانی، افق مخصوص به خود را دارد. منطقه ما یک افق دارد و منطقه قطب، افق مخصوص خود را دارد که تفاوتهایی با هم دارند ولی همگی بر یک معنویت مشترک دلالت دارند. اما خدای رحمان میخواهند که با افقهای مختلف و از ابعاد مختلف ما را با معنویت آشنا کنند تا بهتر آن را درک کنیم.

سَنُرِيهِم آيَاتِنَا فِي الْآفَاق وَ فِي أَنْفُسِهِم حَتَّي يَتَبَيَّن لَهُم أَنَّه الْحَق أَوَ لَم يَكْفِ بِرَبّك أَنَّه عَلَي كُل شَيءٍ شَهِيدٌ (فصلت: ۵۳)

به زودی نشانه‌های خود را در **افقهای جهان** و در درون جانشان به آنها نشان می‌دهیم تا برای آنان آشکار گردد که او حق است آیا کافی نیست که پروردگارت بر همه چیز شاهد و گواه است؟!

هدف تمام این افقهای مختلف این است که ما را با افق اصلی که در بهشت است، آشنا کنند. افقهایی که در این دنیا وجود دارد، تست و آزمایشی برای

یادگیری زندگی در افق بهشت است. افق بهشت همانجایی است که قرآن از آنجا نازل شد و این قرآن دارد به آن افق راهنمایی میکند و آدمیان خوب را برای زندگی در آن افق آماده میکند. این افق اعلا که در آیه زیر بیان شده است، منظورش همان سرزمین آسمانی است که قرآن از آنجا نازل شده است و قرآن برای سازگار کردن ما با آن سرزمین نازل شده است. این سرزمین آسمانی همان بهشت است.

وَ هُوَ بِالْأُفُقِ الْأَعْلَي (نجم: ٧) در حالی که در افق اعلی قرار داشت!

خدای رحمان آنقدر مهربان است که اگر انسان زندگی در زمین را به افق زمین اجرا کند و براساس زمان بندی های رحمانی عمل کند، افق بهشت را برای او در نظر می گیرد. اگر چه اختلاف بین این دو افق زیاد است، ولی خدای مهربان، مغفرت و بخشش را برای انسان در نظر گرفته است و به او ارفاق زیادی میکند و این شکاف را پر میکند. این ارفاق و بخشش برای کسانی است که افق رحمانی را براساس نمازها اجرا کنند. یک کار نیک را، ده برابر پاداش میدهد، تا که شکاف بین افق زمین و افق اعلا پر شود. افق زمین ساده سازی شده افق بهشتی است.

به همین خاطر خدای رحمان می فرمایند که اگر بطور ضربتی در زمین سفر کردید، اگر نمازی را از دست دادید، گناهی بر شما نیست. از دست دادن نماز، بخاطر تغییر افق است که در مسافرتهای ضربتی رخ میدهد.

وَ إِذَا ضَرَبْتُم فِي الْأَرْض فَلَيْس عَلَيْكُم جُنَاح أَنْ تَقْصُرُوا مِن الصَّلاَة إِن خِفْتُم أَنْ يَفْتِنَكُم الَّذِين كَفَرُوا إِن الْكَافِرِين كَانُوا لَكُم عَدُوًّاَ مُبِيناً (نساء: ١٠١)

هنگامی که سفر می‌کنید، گناهی بر شما نیست که نماز را از دست دهید اگر از فتنه (و خطر) کافران بترسید زیرا کافران، برای شما دشمن آشکاری هستند.

وقتی ما با سرعت زیاد از یک مکان به مکان دیگر می رویم و تغییر مکان میدهیم، افق مقصد با افق مکان خودمان فرق دارد و ممکن است ما را در تشخیص زمانبندی ها دچار اشتباه کند و به همین خاطر اگر نمازی را در افق جدید از دست دادیم، جای نگرانی نیست. کلا مسافرت طولانی و مخصوصا ضربتی، تایم لگ (تاخیر زمانی) برایمان ایجاد میکند که ممکن است اختلالات گوارشی، خواب، کاهش تمرکز و مشکلات دیگر برایمان ایجاد کند. مشکلات تایم لگ معمولا موقتی است و بدن در چند روز با تنظیم ریتم خود به حالت طبیعی بازمی‌گردد. اما با این شرط که خودمان را با زمان بندی ها و نور طبیعی

مقصد، تطبیق دهیم. نماز همین کار را میکند. تلاش برای انجام نماز در مقصد، عملا شما را در زمان بندی مقصد قرار میدهد و مشکلات تایم لگ این فاصله را از بین می برد.

ورزشکاران حرفه ای را قبل از المپیک و مسابقات مهم، به مناطق مشابه می برند تا با زمان بندی های آن عادت کنند و روز مسابقه دچار مشکلات بی خوابی و استرس نشوند.

اگر نماز عادت باشد، یعنی زمانبندی ها را بطور صحیح درک نکرده ایم و در طول زمان به مشکل بر می خوریم. نماز نباید عادت باشد، بلکه باید عبادت باشد. عادت و عبادت فقط در یک حرف فرق دارند. خیلی ها که نماز بجا می آورند، به خیال خود عبادت میکنند و گرنه آنها یک عادت را تکرار میکنند.

سفر حج برای کسانی که توانایی تحمل زمانی و مالی آن را دارند، چالش خوبی است تا طبق افقهای مختلف آزمایش شوند. اصلا روزه و زکات و سایر اعمال عبادی، وجهه های دیگری از معنویت هستند که اجرا کردن آنها باعث بهتر درک شدن فلسفه زندگی رحمانی میشود. حج یک عبادت و سفر جمعی است که قدرت معنوی آن بیشتر است و کمک خوبی برای افراد است تا که خود را با یکی از افقهای صحیح و تست شده نظام رحمانی تنظیم کنند. همه در یک مکان، یک زمان، یک ریتم به این عبادت می پردازند و در نتیجه قدرت جمعی

زیادی در آن است که ممکن است هندل خوبی برای افرادی باشد که هنوز به افقهای رحمانی عادت نکرده اند. بعضی ها توان تحمل افقهای دیگر را ندارند و ممکن است که در حج به مشکل بر بخورند. البته خدای رحمان انجام حج را هم به توان و استطاعت ربط داده است و آنرا فرض قرار نداده است.

وقتی آدمی از جایی که زمانبندی های طبیعی و رحمانی وجود دارد، به جایی می رود که مصنوعی است، دل تنگ میشود. در بچگی وقتی در موقع بازشدن مدرسه ها، بالاجبار از روستا به شهر می رفتیم، تا مدتها دلتنگ روستا می شدیم و در تطبیق خود با تمدن مصنوعی شهری به سختی می افتادیم. این دلتنگی بخاطر اختلاف افق شهر و روستا بود. در روستا، افقها همگی طبیعی و بکر بود ولی در شهر، افقها مصنوعی بودند و بی معنا. هر کس بهشت گمشده ای دارد که در طول زمان از دستش میدهد و البته بعدا آن را بیاد می آورد. هر فردی باید تلاش کند که دوباره به آن افق برگردد و آن را دوباره اجرا کند.

کسانی که خود را با زمان بندی های محیط های مختلف مچ میکنند، کمتر به مشکل می خورند و علاوه بر آن با افقهای مختلف آشنا میشوند و زندگی پایدارتر و محکمتری درست میکنند. یوسف در دوران بچگی در خانه پدری بود، بعد از مدتی به مصر رفت و در خانه عزیز مصر هم خود را با زمان بندی

و افق آنجا تطبیق داد؛ زمانی که به زندان رفت، خودش را هم با زمان بندی درون زندان وفق داد و به این طریق تجربیات فراوانی بدست آورد. کسانی که به زندان می افتند، اگر نتوانند خود را با افق زندان تنظیم کنند، دچار مشکلات گم شدن در زمان، استرس، اضطراب و غم میشوند.

یکی دیگر از جنبه های تطبیق با زمان بندی های رحمانی، تغذیه است. در یک کشتی ناخدایی بود که اگر کسی داخل کشتی، خیلی گرمش میشد، نمی گذاشت آب خیلی سرد بخورد، بلکه به او خرما میداد. زیرا خرما طبع گرم دارد و در نتیجه اختلاف دمایی درون و برون بدن کم میشد و کلیت بدن احساس خنکی میکرد و عطش او کم میشد. هندی ها فلفل زیاد میخورند تا بتوانند گرما را راحت تر تحمل کنند. تفاوت دمای محیط و دمای کالبدی بدن را به هم نزدیک کنید تا دیگر سردی و یا گرمی و شرایط محیطی قابل تحمل تر شود. اسکیموها داخل خانه ها را زیاد گرم نمی کنند و تا حد دمای انجماد برف پایین می آورند تا که خانه های ساخته شده از برف آب نشود و همچنین اختلاف دمای بدنشان با دمای بیرون که خیلی سرد است، زیاد نشود؛ که اگر این اختلاف زیاد شود، دیگر قادر به زندگی در آن محیط نخواهند بود. مردم طبق تجربه، در هوای خیلی گرم چای می خورند تا خنکتر شوند. اینها همگی

فلسفه هایی از زندگی است که در زمان بندی های رحمانی رعایت میشود و افراد نباید دنبال برآورده کردن عطشهای افراطی بروند.

نماز یک سیستم مبتنی بر زمان است و از چنین مشکلاتی جلوگیری میکند. کسانی که نماز بجا می آورند، به چنین مشکلاتی بر نمی خورند. نماز یک عامل محافظتی بسیار قوی در برابر اختلالات زیستی و روانی است. نماز به عنوان یک ساعت زیستی عمل میکند که منطبق با نظام طبیعی و رحمانی است و به افق اعلی در بهشت متصل است و ما را به سوی افق بهشت و فردوس برین راهنمایی میکند. پروردگار ما با آموزش سبک صحیح زندگی، میخواهند ما را با بهشت و شرایط آن آشنا کنند. خدا میتوانست به هر کسی پول زیادی بدهد، ولی در چنین حالتی، هدف نهائی فراموش میشود و کار خرابتر میشود. تجربه ثابت کرده است که انسانها در بی نیازی، خودشان را از نماز و زمان بندی های طبیعی بی نیاز می بینند و خود را محروم میکنند.

زمانها و حرکات نماز یک سیستم مهم و قدرتمند و اعلی در مقابل بی نظمی های نوین جهانی است و نماز تنها خودش در مقابل این همه بحران قرار گرفته است. زمان بندی های نظام رحمانی و نماز برای نگاه کردن و تنظیم ساعتهای دیجیتال نیست، بلکه برای این است که باید با آن زندگی کنید. انسان مومن

زمان را با نمازهایش می سنجد و به این طریق در زمان بی نهایت و تایم لگهای آن هضم نمیشود.